

Παράρτημα 6

ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΩΝ

Α. Λειτουργία χώρου άθλησης

- Τοποθέτηση σταθερού προστατευτικού χωρίσματος από διαφανές υλικό (plexiglass) στην υποδοχή του γυμναστηρίου, έτσι ώστε να προστατεύονται τόσο το προσωπικό όσο και τα εισερχόμενα μέλη του γυμναστηρίου.
- Ανάρτηση οδηγιών, στην είσοδο και σε εμφανή σημεία εσωτερικά του γυμναστηρίου, που αφορούν σε:
 - ✓ κανόνες εφαρμογής της υγιεινής των χεριών
 - ✓ αποφυγή συνωστισμού
- Οι εργαζόμενοι που δεν είναι πλήρως εμβολιασμένοι ή νοσήσαντες υπό την έννοια των παρ. 2 και 3 του άρθρου 9, αντιστοίχως, υποβάλλονται υποχρεωτικά μία (1) φορά την εβδομάδα σε διαγνωστικό έλεγχο νόσησης με τη μέθοδο μοριακού ελέγχου (PCR) ή με τη χρήση ταχείας ανίχνευσης αντιγόνου κορωνοϊού COVID-19 (rapid test).
- Πρόβλεψη για επάρκεια υγειονομικού υλικού:
 - ✓ αλκοολούχο αντισηπτικό πυκνότητας τουλάχιστον 70%
 - ✓ τοποθέτηση κλειστών ποδοκίνητων κάδων σε εμφανή σημεία
- Καθαρισμός/απολύμανση των οργάνων με καθαριστικό/απολυμαντικό, σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή, μετά από κάθε χρήση.
- Συνεχής και επαρκής αερισμός των εγκαταστάσεων με φυσικό ή τεχνητό αερισμό κατ' εφαρμογή των υπό στοιχεία Δ1(δ)/ΓΠ.οικ.26335/23.4.2020 και Δ1/ΓΠ.οικ.81816/18.12.2020 εγκυκλίων του Υπουργείου Υγείας αναρτημένων, αντίστοιχα, στις ιστοσελίδες: www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/metra-prolhps-hs-enanti-koronoioy-sars-cov-2/7108-lhpsh-metrwn-diasfalishs-ths-dhmosias-ygeias-apo-iogeneis-kai-alles-loimwksei-s-kata-th-xrhsh-klimatistikwn-monadwn και www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/metra-prolhps-hs-enanti-koronoioy-sars-cov-2/8149-systaseis-gia-ton-eksaerismo-eswterikwn-xwrwn-kata-th-xeimerinh-periodo-gpo-to-prisma-ths-pandhmias-toy-ioy-sars-cov-2.

Β. Λειτουργία των αποδυτηρίων

- Επιτρέπεται η χρήση των αποδυτηρίων υπό την προϋπόθεση ότι όπου υπάρχουν ατομικά ερμάρια, για τη φύλαξη των προσωπικών αντικειμένων των εισερχόμενων στο γυμναστήριο μελών, πραγματοποιείται απολύμανση πριν από κάθε χρήση.
- Υπάρχει αλκοολούχο αντισηπτικό (με αντλία) σε εμφανή σημεία στο χώρο των αποδυτηρίων.

- Ο χώρος αερίζεται κατά προτίμηση από ανοικτά παράθυρα. Σε ό,τι αφορά στη χρήση του κλιματισμού εφαρμόγεται η σχετική εγκύκλιος του Υπουργείου Υγείας. Εάν υπάρχει σύστημα εξαερισμού, ρύθμιση για ροή αέρα από μέσα προς τα έξω χωρίς ανακύκλωση.
- Το προσωπικό καθαριότητας κατά τη διάρκεια της εργασίας του πρέπει να φορά στολή/ρόμπα εργασίας και γάντια μίας χρήσεως, τα οποία θα πρέπει να αλλάζει τακτικά. Μετά την αφαίρεση των γαντιών θα πρέπει να ακολουθεί υγιεινή των χεριών [πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για είκοσι (20) δευτερόλεπτα] και, αφού τα χέρια στεγνώσουν καλά, να χρησιμοποιείται νέο ζευγάρι γαντιών. Πρόσθετος εξοπλισμός ατομικής προστασίας, όπως προστατευτικά γυαλιά και αδιάβροχη ποδιά, μπορεί να χρειάζεται κατά την παρασκευή διαλυμάτων, ανάλογα με το καθαριστικό/απολυμαντικό που χρησιμοποιείται και τη διαδικασία καθαρισμού, για την προστασία του προσωπικού καθαριότητας, ιδιαίτερα εάν υπάρχει κίνδυνος πιτσιλισματος. Μετά την αφαίρεσή τους τα μέσα ατομικής προστασίας πρέπει να απορρίπτονται σε κάδους απορριμμάτων με καπάκι και να ακολουθεί υγιεινή των χεριών [πλύσιμο με νερό και σαπούνι ή εφαρμογή αλκοολούχου αντισηπτικού για είκοσι (20) δευτερόλεπτα].
- Μετά τη χρήση των εγκαταστάσεων συστήνεται καθαρισμός/απολύμανση σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ για μη υγειονομικούς χώρους <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/05/covid19-apolimansi-14-05-20.pdf>
- Χρήση τουαλέτας
 - ✓ κλείσιμο της λεκάνης και στη συνέχεια ο συνήθης καταιονισμός νερού
 - ✓ σύστημα αυτόματης απελευθέρωσης χλωρίου ταυτόχρονα με τον καταιονισμό νερού
 - ✓ νυττήρας με υγρό σαπούνι με αντλία
 - ✓ χειροπετσέτες
 - ✓ ποδοκίνητος κλειστός κάδος απορριμμάτων

Γ. Οδηγίες για το προσωπικό

- Συχνή εφαρμογή της υγιεινής των χεριών.
- Αποχή από την εργασία σε περίπτωση ασθένειας.
- Άμεση απομάκρυνση από τον χώρο στην περίπτωση που μέλος του προσωπικού παρουσιάσει συμπτώματα (πυρετό, βήχα, δύσπνοια) συμβατά με COVID-19 λοίμωξη κατά τη διάρκεια της εργασίας του. Στην περίπτωση επιβεβαιωμένου κρούσματος COVID-19 λοίμωξης σε εργαζόμενο η επάνοδος στην εργασία θα γίνει σύμφωνα με τις οδηγίες του ΕΟΔΥ <https://eody.gov.gr/odigies-gia-tin-exodo-aro-to-nosokomeio-kai-gia-ti-diakopi-ton-profylaxeon-enanti-metadosis-asthenon-me-covid-19-poy-nosileyontai-i-paramenoygn-gia-frontida-kat-oikon/>
- Εάν μέλη του προσωπικού ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου να υφίσταται πρόβλεψη για ανάθεση καθηκόντων με χαμηλό κίνδυνο έκθεσης.

Δ. Οδηγίες για αθλούμενους

- Σύσταση για μετακίνηση κατά προτίμηση με τα πόδια ή προσωπικό μεταφορικό μέσο.
- Χρήση υγιεινής των χεριών πριν την έναρξη και στο τέλος της άσκησης καθώς και πριν από κάθε μετακίνηση σε άλλο όργανο γυμναστικής.
- Αποφυγή κοινωνικών επαφών, εναγκαλισμών και χειραψιών, στους χώρους του γυμναστηρίων.
- Χρήση προσωπικών ειδών υγιεινής (π.χ. πετσέτα) και σύσταση να έχουν ένα ζευγάρι αθλητικά υποδήματα αποκλειστικά για χρήση στις εγκαταστάσεις του γυμναστηρίου, τα οποία δεν θα χρησιμοποιούν εκτός του χώρου του γυμναστηρίου.
- Χρήση ατομικών οργάνων γυμναστικής εάν είναι εφικτό από το μέγεθός τους (π.χ. μπάλες, λάστιχα, στρώματα).
- Πλύσιμο των ρούχων και πετσετών, που χρησιμοποιήθηκαν στο γυμναστήριο, στο πλυντήριο με κοινό απορρυπαντικό σε υψηλή θερμοκρασία (60° C).